

Yogalehrer und Yogalehrerinnen, die sich im BYZ zusammen gefunden haben, sind im ganzen Berliner Raum tätig. Mit dieser Vortragsreihe wollen wir Sie mit einigen dieser Orte bekannt machen.

An fast jedem zweiten und vierten Freitag findet an unterschiedlichen Orten eine kostenlose Veranstaltung statt.

BYZ  
Berliner  
Yoga Zentrum

Vortragsreihe  
2010

Für weitere Informationen  
[www.byz.de](http://www.byz.de)

<b>Wann</b>	<b>Was</b>	<b>Wer</b>	<b>Wo</b>
8. Januar	----- keine Veranstaltung -----		
22. Januar	Bemühen und Gleichmut auf dem Yogaweg	Jens Schmidt 0151 / 566 21 594	Yogaschule Kreuzberg Fichtestr. 34, 10967 Berlin
12. Februar	Meditation die Kunst der Aufmerksamkeit Von der Bewegung über den Atem die Aufmerksamkeit verfeinern	Peter Regulin 4623719	Yoga und Atem Großgörschenstr. 40 10827 Berlin
26. Februar	----- keine Veranstaltung -----		
12. März	Religion und Spiritualität im Yoga	Anna-Leena Bahrmann 23 62 63 60	Yogaschule Kreuzberg Fichtestr. 34, 10967 Berlin
26. März 19.00	Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg - die acht Aspekte nach Patanjali	Tanja Groth 773 85 28	Yoga-Raum in Lichterfelde, Grabenstr.9, 12209 Berlin
9. April	Üben unsere Stärken zu stärken	Max Becker 422 7 224	Soziokulturelles Zentrum Ratz-Fatz Schnellerstr. 81 12439 Berlin
23. April	Yoga angewandt gegen Rückenschmerz Wie Yoga wirkt, Möglichkeiten und Grenzen	Peter Regulin 4623719	Yoga und Atem Großgörschenstr. 40 10827 Berlin
14. Mai	Yoga als Perspektive - Was sagt das Yoga Sutra über den Umgang mit Leid	Jens Schmidt 0151 / 566 21 594	Yogaschule Kreuzberg Fichtestr. 34, 10967 Berlin
28. Mai	----- keine Veranstaltung -----		
11. Juni	Die Zukunft beginnt jetzt Die verschiedenen Aspekte von Unglück, Leid, Enge und Stress und Lösungen daraus aus der Sicht des Yogasutra.	Magdalena Rechlin 691 83 86	Yogaschule Kreuzberg Fichtestr. 34, 10967 Berlin
25. Juni	Was ist Yoga? - Eine Erklärung in Anlehnung an das Yoga- Sutra	Stefanie Hörig 40 39 69 16	BYZ Meranerstr. 6 10825 Berlin

<b>Wann</b>	<b>Was</b>	<b>Wer</b>	<b>Wo</b>
9. Juli	An Anforderungen wachsen – stress bewältigen mit Yoga	Peter Regulin 4623719	Yoga und Atem Großgörschenstr. 40 10827 Berlin
23. Juli	Vinyasa Krama - Yogapraxis in angemessen Schritten	Jens Schmidt 0151 / 566 21 594	Yogaschule Kreuzberg Fichtestr. 34, 10967 Berlin
13. August	----- keine Veranstaltung -----		
27. August	Yoga – durch die Form zur Freiheit – ein Entwicklungsweg	Peter Regulin 4623719	Yoga und Atem Großgörschenstr. 40 10827 Berlin
10. September	Was bedeutet Veränderung im Yoga?	Anna-Leena Bahrmann 23 62 63 60	Yogaschule Kreuzberg Fichtestr. 34, 10967 Berlin
24. September 19.00	Yoga in der Schwangerschaft	Tanja Groth 773 85 28	Yoga-Raum in Lichterfelde, Grabenstr.9, 12209 Berlin
8. Oktober	Warum ist Yoga hilfreich für unsere Gesundheit	Peter Regulin 4623719	Yoga und Atem Großgörschenstr. 40 10827 Berlin
22. Oktober	Qualität im Atem - Pranayama aus der Sicht des Yoga Sutras" Vortrag + kleine Übungen	Jens Schmidt 0151 / 566 21 594	Yogaschule Kreuzberg Fichtestr. 34, 10967 Berlin
12. November	Yoga und vedic chanting - eine kraftvolle Verbindung	Stefanie Hörig 40 39 69 16	BYZ Meranerstr. 6 10825 Berlin
26. November	Selbsttäuschung und realistische Zuversicht beim Üben	Max Becker 422 7 224	Soziokulturelles Zentrum Ratz-Fatz Schnellerstr. 81 12439 Berlin
11. Dezember	----- keine Veranstaltung -----		